ゴルフスイングチェック 操作ガイド

ゴルフのスイングをチェックする

ハイスピード動画などの動画で撮影した自分のスイングを、ガイドライン表示機能を使ってチェックすることができます。後方から見たスイングと正面から見たスイングのチェックができます。

後方から見たスイング

正面から見たスイング

参考
- この他にもスイングのチェック方法があります。付属の「FC200S レベルアップレッスン」をご覧ください。

スイングを撮影する

本機には、ゴルフスイング確認のための撮影機能が搭載されています。ベストショット機能に収録されている5つのシーンの中から選んで撮影してください。
ゴルフスイング撮影用のベストショットシーンは下記の5種類です。
スイングをスローで録画します(後方)
スイングをスローで録画します(正面)
スイングを自分で録画します(後方)
スイングを自分で録画します(正面)
スイングを連写します

■ 撮影時の注意点
- 三脚を使用してカメラを水平に保ち、腰の高さにセットする。
- スイング中のクラブのヘッドが全て撮影できるようにフレームを合わせる。
- 正面からの撮影の場合は、アドレス時の体の中心線、腰の高さにカメラをセットする。

重要
- 撮影時は周囲の状況を確認のうえ、ゴルフクラブやボールに当たらないよう注意してください。
- 撮影時はAVケーブルをテレビに接続することで、テレビで画像を見ながら撮影することができます。HDMIケーブルではできません。

他人のスイングをスローで後方から撮影する(スイングをスローで録画します(後方))

後方から見たゴルフのスイングをハイスピード動画で撮影することができます。この撮影ではカメラの固定に三脚の使用をお勧めします。

1. 撮影モードにして、【BS】(ベストショット)を押す

2. "スイングをスローで録画します(後方)"を選び、【SET】を押す

3. 【SET】を押し、【▲】【▼】で操作パネルの上から5番目の項目(ハイスピードムービーfps)を選ぶ

4. 【◀】【▶】で撮影速度(フレームレート)を選び、【SET】を押す
フレームレートを速く(240fps)にすると画像が小さくなります。

画質	撮影速度(フレームレート)	画像サイズ(pixels)
HS120	120fps	640×480
HS240	240fps	512×384

5. 右利きの方は左側の縦線に、左利きの方は右側の縦線に体幹を合わせ、次に下側の横線に靴底が来るように合わせる

6. 【●】(ムービー)を押して撮影する
【●】(ムービー)を押すと撮影が開始し、再度押すと終了します。
- 録画時はカメラが自動でピントを合わせ、録画中はそのピント位置で固定されます。

参考
- 撮影のしかたや機能上の注意事項は、ハイスピード動画撮影時と同様ですが、以下の機能は使用できません。
  – パストムービー
  – YouTube用動画撮影

他人のスイングをスローで正面から撮影する(スイングをスローで録画します(正面))

正面から見たゴルフのスイングをハイスピード動画で撮影することができます。この撮影ではカメラの固定に三脚の使用をお勧めします。

1. 撮影モードにして、【BS】(ベストショット)を押す

2. "スイングをスローで録画します(正面)"を選び、【SET】を押す

3. 【SET】を押し、【▲】【▼】で操作パネルの上から5番目の項目(ハイスピードムービーfps)を選ぶ

4. 【◀】【▶】で撮影速度(フレームレート)を選び、【SET】を押す
フレームレートを速く(240fps)にすると画像が小さくなります。

画質	撮影速度(フレームレート)	画像サイズ(pixels)
HS120	120fps	640×480
HS240	240fps	512×384

5. 中央の縦線に体幹を合わせ、次に下側の横線に靴底が来るように合わせる

6. 【●】(ムービー)を押して撮影する
【●】(ムービー)を押すと撮影が開始し、再度押すと終了します。
- 録画時はカメラが自動でピントを合わせ、録画中はそのピント位置で固定されます。

参考
- 撮影のしかたや機能上の注意事項は、ハイスピード動画撮影時と同様ですが、以下の機能は使用できません。
  – パストムービー
  – YouTube用動画撮影

自分のスイングをスローで後方から撮影する(スイングを自分で録画します(後方))

後方から見た自分のスイングを、セルフタイマーを使用して、5秒間のハイスピード動画で撮影することができます。この撮影ではカメラの固定に三脚の使用をお勧めします。

1. 撮影モードにして、【BS】(ベストショット)を押す

2. "スイングを自分で録画します(後方)"を選び、【SET】を押す

3. 【SET】を押し、【▲】【▼】で操作パネルの上から5番目の項目(ハイスピードムービーfps)を選ぶ

4. 【◀】【▶】で撮影速度(フレームレート)を選び、【SET】を押す
フレームレートを速く(240fps)にすると画像が小さくなります。

5. 右利きの方は左側の縦線に、左利きの方は右側の縦線に体幹を合わせ、次に下側の横線に靴底が来るように合わせる
- この調整は他の人に行ってもらうか、おおよその位置を予想して調整してください。

6. 【●】(ムービー)を押して撮影する
【●】(ムービー)を押してから約10秒後に5秒間の動画を撮影します。
- セルフタイマーのカウントダウン中は前面ランプが点滅します。
- 録画時はカメラが自動でピントを合わせ、録画中はそのピント位置で固定されます。
- カウントダウン中に【SET】を押すと、セルフタイマーを解除することができます。
- セルフタイマー設定を"2秒"に変更することもできますが、トリプルセルフタイマーは設定できません。

参考
- 撮影のしかたや機能上の注意事項は、ハイスピード動画撮影時と同様ですが、以下の機能は使用できません。
  – パストムービー
  – YouTube用動画撮影

自分のスイングをスローで正面から撮影する(スイングを自分で録画します(正面))

正面から見た自分のスイングを、セルフタイマーを使用して、5秒間のハイスピード動画で撮影することができます。この撮影ではカメラの固定に三脚の使用をお勧めします。

1. 撮影モードにして、【BS】(ベストショット)を押す

2. "スイングを自分で録画します(正面)"を選び、【SET】を押す

3. 【SET】を押し、【▲】【▼】で操作パネルの上から5番目の項目(ハイスピードムービーfps)を選ぶ

4. 【◀】【▶】で撮影速度(フレームレート)を選び、【SET】を押す
フレームレートを速く(240fps)にすると画像が小さくなります。

5. 中央の縦線に体幹を合わせ、次に下側の横線に靴底が来るように合わせる
- この調整は他の人に行ってもらうか、おおよその位置を予想して調整してください。

B1333E050
K1333UGM1PKC
MA1109-A
Printed in China

6. 【●】（ムービー）を押して撮影する

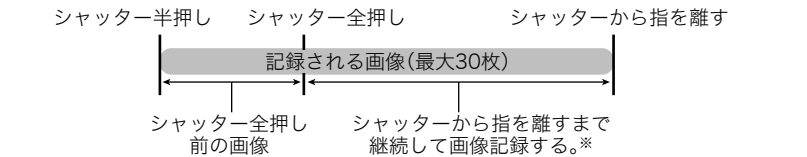
【●】（ムービー）を押してから約10秒後に5秒間の動画を撮影します。

- セルフタイマーのカウントダウン中は前面ランプが点滅します。
- 録画時はカメラが自動でピントを合わせ、録画中はそのピント位置で固定されます。
- カウントダウン中に【SET】を押すと、セルフタイマーを解除することができます。
- セルフタイマー設定を“2秒”に変更することもできますが、トリプルセルフタイマーは設定できません。

参考

- 撮影のしかたや機能上の注意事項は、ハイスピード動画撮影時と同様ですが、以下の機能は使用できません。
  – パストムービー
  – YouTube用動画撮影

スイングを高速連写で撮影する（スイングを連写します）

本機には、気軽に高速連写するためのシーンが収録されています。シャッターを押している間、連続撮影をします。シャッターの半押し中は、常に静止画を一時的に記録していますので、シャッターを全押しする前から全押し後に指を離すまで、最大30枚まで連続撮影ができます（パスト連写）。30枚の画像は、シャッター全押しの前後で振り分けて撮影でき、決定的シーンの撮り逃しを防ぐのに最適です。本機では細かい設定をする手間を省くため、ゴルフスイング専用にパスト連写が5枚でプリセットされています。

※1回の撮影で記録できる画像は、シャッター全押し前の画像との合計で最大30枚です。

1. 撮影モードにして、【BS】（ベストショット）を押す

2. “スイングを連写します”を選び、【SET】を押す

初期設定では下記の設定内容で撮影されます。

連写fps	最大連写枚数	パスト枚数
10fps	30枚（3秒）	5枚（0.5秒）

- 連写fps、最大連写枚数、パスト枚数の設定は変更することができます。

3. シャッターを半押しして、パスト連写を開始する

シャッターを半押し中は、カメラ内に一時的にシャッター全押し前までの画像を設定した枚数分繰り返し記憶します。

- このとき、シャッターを全押しする前にシャッターの半押しをやめると、それまでの半押し中に記録した画像は消去されます。
- シャッター半押し中は、シャッター音は出ません。

4. シャッターを全押しし続ける

シャッターを全押しすると、全押し直前からの画像と現在の画像を記録します。シャッターを押し続けている間、連続撮影します。

5. シャッターから指を離すか、最大連写枚数で設定された枚数の画像が撮影されると撮影を停止します

参考

- シャッターを半押ししないで全押しした場合は、パスト連写（シャッター全押し前からの撮影）は行われません。できるだけシャッター半押しでカメラを構えた状態から、シャッター全押しを行ってください。

撮影したスイングをチェックする

本機では後方から撮影したスイングと正面から撮影したスイングのチェックができます。

後方から撮影したスイングをチェックする

1. 【▶】（再生）を押して、【◀】【▶】で後方から撮影したスイングの動画を表示させる

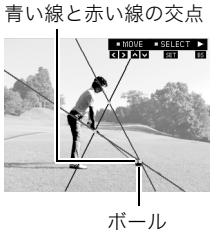
2. 【SET】を押して再生を始め、アドレス時点で再度【SET】を押し、一時停止する

- 【◀】【▶】を押し続けると早戻し／早送りができますので、場面の微調整が可能です。
- 再生中に【AUTO】を押すと高速で早送りすることができます。ただし、一時停止中は早送りできません。

3. 【▲】（DISP）を押し、斜線表示モードを選ぶ

4. 【BS】を押す

5. 【▲】【▼】【◀】【▶】で青い線と赤い線の交点をボールに重ねる

6. ボールの位置に青い線と赤い線の交点を重ねたら【SET】を押す

7. 【▲】【▼】【◀】【▶】で赤い線と緑の線の交点を腰の位置に重ねる

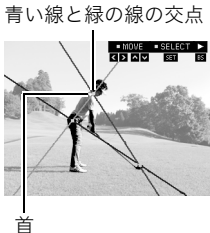
8. 腰の位置に赤い線と緑の線の交点を重ねたら【SET】を押す

9. 【▲】【▼】【◀】【▶】で青い線と緑の線の交点を首の位置に重ねる

10. 首の位置に青い線と緑の線の交点を重ねたら【SET】を押す

11. 【BS】を押す

再生が開始されますので、スイングプレーンをチェックしてください。

参考

- この他にもスイングのチェック方法があります。付属の「FC200S レベルアップレッスン」をご覧ください。

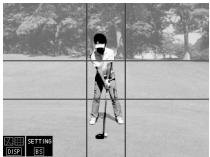
正面から撮影したスイングをチェックする

1. 【▶】（再生）を押して、【◀】【▶】で正面から撮影したスイングの動画を表示させる

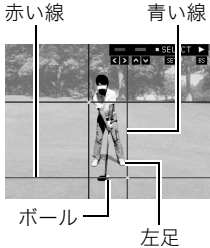
2. 【SET】を押して再生を始め、アドレス時点で再度【SET】を押し、一時停止する

- 【◀】【▶】を押し続けると早戻し／早送りができますので、場面の微調整が可能です。
- 再生中に【AUTO】を押すと高速で早送りすることができます。ただし、一時停止中は早送りできません。

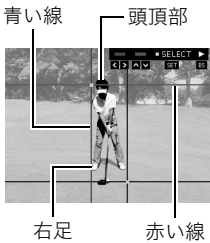
3. 【▲】（DISP）を押し、平行線表示モードを選ぶ

4. 【BS】を押す

5. 【◀】【▶】で青い線（右側の縦線）を動かし、左足の外側に合わせる

6. 【▲】【▼】で赤い線（下の横線）を動かし、ボールに合わせる

7. 【SET】を押す

8. 【◀】【▶】で青い線（左側の縦線）を動かし、右足の外側に合わせる

9. 【▲】【▼】で赤い線（上の横線）を動かし、頭頂部に合わせる

これで調整は終了です。

10. 【BS】を押す

再生が開始されますので、ヘッド軌道やスイング中の上下左右の体の動きをチェックしてください。

参考

- この他にもスイングのチェック方法があります。付属の「FC200S レベルアップレッスン」をご覧ください。

重要

- 本機で撮影した動画では、ガイドライン表示の位置が各動画に記録されます。次回の再生時に【▲】（DISP）を押すと、ガイドライン表示が記録された位置に表示されます。ガイドラインの再調整も可能です。
- 他のデジタルカメラで撮影した動画を本機で再生する場合、各動画にガイドライン表示の位置を記録することはできません。次回の再生時に【▲】（DISP）を押して表示されたガイドライン表示は、画像に合った位置には表示されないことがあります。カメラに記録された共通のガイドライン表示の、表示や調整は可能です。
- 再生時のガイドライン表示はAVケーブル、またはHDMIケーブルでカメラをテレビに接続して、表示させることができます。パソコンや他のデジタルカメラでは表示できません。

スイング中の一場面を静止画にする（モーションプリント）

動画から一場面を取り出し、静止画に保存することができます。

1. 動画再生中に【SET】を押し、動画を一時停止する

- 再生中に【AUTO】を押すと高速で早送りすることができます。ただし、一時停止中は早送りできません。

2. 【◀】【▶】で静止画にしたい場面を探す

【◀】【▶】を押し続けると、早戻し／早送りができます。

3. 【●】（ムービー）を押す

表示されている場面が静止画として保存されると同時に動画の再生が終了し、保存された静止画が再生されます。